



Dr. Matthias Frank
Hausarzt in
Karlsruhe,
beantwortet Ihre
Fragen rund um
Gesundheit und
Versorgung.

Bei mir wurde eine Aortenklappenstenose festgestellt. Was ist das?

Karl-Heinz M., 54

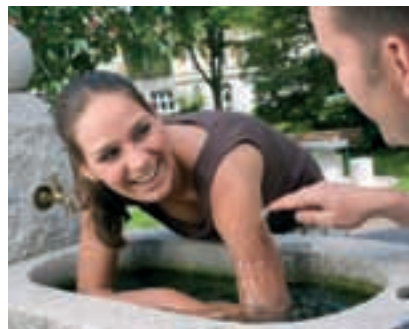
Bei einer Aortenklappenstenose handelt es sich um eine Verengung der Aortenklappe. Diese Herzklappe trennt die linke Herzkammer und die große Körperschlagader (Aorta) voneinander. Die Folge dieser Verengung (Stenose) der Aortenklappe ist, dass der Blutfluss aus dem Herzen in den großen Körperkreislauf mitunter deutlich beeinträchtigt wird. Um genügend Blut transportieren zu können, muss das Herz bei einer solchen Verengung übermäßig arbeiten und wird sehr beansprucht. Durch die dauernde Überlastung des Herzens kann es zur Ausbildung einer Herzschwäche kommen. Eine umfassende Diagnostik bei einem Herzspezialisten (Kardiologe) ist Voraussetzung für die Planung der Behandlungsmaßnahmen.

Ich habe eine Schlafapnoe und soll nachts eine Beatmungsmaske tragen. Die ist aber sehr lästig. Kann ich diese Maske vielleicht doch weglassen?

Rüdiger S., 68

Menschen mit einer Schlafapnoe sollten ihre Beatmungsmasken unbedingt entsprechend der ärztlichen Anordnung tragen. Denn die nächtlichen Atemaussetzer führen dazu, dass die betroffenen Patienten tagsüber nicht nur ausgesprochen müde und erschöpft sind, sondern auch in einen Sekundenschlaf fallen können, eine häufige

Ursache von Unfällen. Auch Folgeerscheinungen wie ein akuter Herzinfarkt oder ein Schlaganfall sind bei unbehandelter Schlafapnoe möglich. Die Beatmungsmasken erhöhen den Gegendruck beim Atmen und verhindern hierdurch Atemaussetzer. Die betroffenen Patienten müssen die Masken meist ein Leben lang beim Schlafen tragen. Übrigens: Das für Schlafapnoe-Patienten typische Schnarchen entfällt, wenn Sie Ihre Beatmungsmaske tragen.



Was ist an einer Kneipp-Therapie Besonderes?

Michaela M., 52

Die Lehre von Sebastian Kneipp, einem Pfarrer aus Stefansried im bayerischen Allgäu, hat die Erhaltung der Gesundheit, aber auch die Unterstützung und Aktivierung der Selbstheilungskräfte des Körpers zum Ziel. Die Therapie basiert auf den fünf Säulen Wasser, Heilkräuter, Bewegung, Ernährung und Lebensordnung. Kneipp war davon überzeugt, dass ein häufig wechselnder Kältereiz des Wassers von optimaler Wirksamkeit sei. Die kalten Güsse stellen deshalb auch das Herzstück der Kneipp-Anwendungen dar. Kräuter als Badezusatz und Gesundheitstees zur inneren Anwendung kamen dank Kneipps Empfehlungen ebenfalls zunehmend in Gebrauch.

Was versteht man unter Burn-out?

Vanessa B., 35

Wenn Menschen sehr viel leisten, aber fortlaufend entmutigt werden, steigt die Gefahr, dass die Psyche nachhaltig aus der Fassung gerät und ausbrennt. Ein Burn-out-Syndrom entwickelt sich schleichend und wird nicht immer als solches erkannt. Typischerweise sind Menschen betroffen, die sich sehr für ihren Beruf engagieren, mit Leib und Seele dabei sind, ständig arbeiten und immer effektiv sein wollen. Driften jedoch eigener Anspruch und Wirklichkeit immer mehr auseinander, nimmt die Enttäuschung des Betroffenen über sich selbst und die Umwelt zu. Dieser Kreislauf ist nur sehr schwer durch eigene Kraft zu durchbrechen. Das Bewältigen des üblichen Arbeitsalltags wird immer schwerer. Emotionale Erschöpfung, zunehmende Gleichgültigkeit und abnehmende Leistungsfähigkeit sind typische Folgen. Stellt sich eine innere Leere ein, wird häufig übermäßiger Alkoholkonsum oder der Missbrauch von Medikamenten zur scheinbaren Lösung. Burn-out zuzugeben erschüttert nicht nur das Selbstbild, es gehört auch zur Gruppe der Erkrankungen, denen – völlig unzutreffend – etwas Entwürdigendes oder Selbstverschuldetes anhaftet. Doch es ist ungeheuer wichtig, frühzeitig Hilfe zu suchen.

Haben Sie Fragen?

Schreiben Sie eine Postkarte
mit Ihrer Frage an:

Verlag MED.KOMM.

Urban & Vogel GmbH

Redaktion wissen & gesundheit

Neumarkter Str. 43, 81673 München

oder senden Sie uns eine E-Mail:

gesundheit@medkomm.de